

21



Obsah

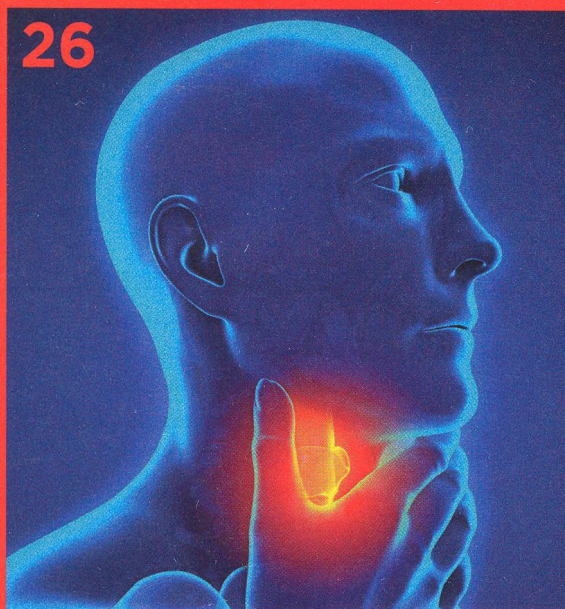
52



6



26



50

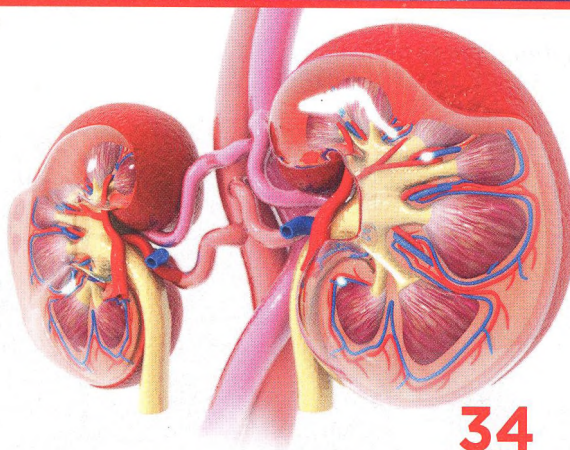


ROZHOVOR

- 6** Simona Babčáková
Zůstávám svobodná
a autentická

TÉMA

- 12** Jste připraveni na boj s kily?
20 zásadních změn, bez
kterých se neobejdete
- 15** V čem spoléháme
na bílkoviny
- 18** Břicho nás trápí nejvíce



34

KLINIKA

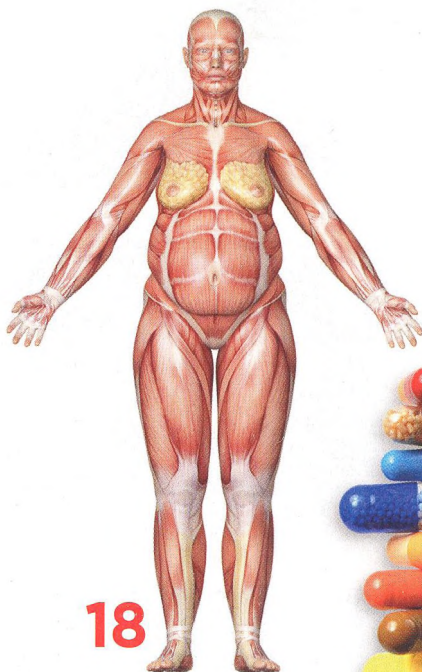
- 21** Vitamin D
je bezpodmínečně nutný k dobrému
zdraví
- 24** Léky se můžete
velmi snadno předávkovat
- 26** 8 příčin bolestí v krku
Postupy, které přinášejí úlevu
- 28** Kašel může trvat týdny
Záleží na jeho příčině
- 30** Pod povrchem s „Medicínou
pro lidi“
Jak funguje oběhový systém (1. díl)
- 32** Lukáš Málek
Znovu jsem se narodil
- 34** Ledviny reagují jinak,
než si myslíte
- 36** Škola tejpování – 6. díl
Ulevte si při bolesti a otocích
v oblasti krku a obličeje

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 40** Zmenšování
Estetická medicína dokáže nejen
přidávat, ale i ubírat
- 44** Jóga pro každý den
Náš nejlepší přítel dech

MŮJ DOMOV

- 46** Kdo nás zajímá
Terézia Svátová: Nemoc dala
mému životu směr
- 50** Dva recepty pro dobrou
náladu
- 52** Terapie tancem
Balet vám přinese lадnost
i radost
- 56** Homeopatie
Ferrum phosphoricum –
fosforečnan železnato-železitý



18



44

